

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΥ  
ΜΑΡΤΙΟΣ 2026**

ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 2	Τρίτη 3	Τετάρτη 4	Πέμπτη 5	Παρασκευή 6
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα βερούκοκκο	Σπιτικό κέικ βανίλιας	Κουλούρι σησαμένιο	Αυγό βραστό, τυρί φέτα, ψωμί	Ψωμί με κασέρι
	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Πέννες μακαρόνια ή αστράκι   Κεφαλοτύρι, σαλάτα εποχής	Ψαρόσουπα ή σούπα λαχανικών   Σαλάτα εποχής, ψωμί	Φακές   Σαλάτα εποχής, ψωμί	Κοτόπουλο με κριθαράκι   Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής	Ανάμεικτα λαχανικά   Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 9	Τρίτη 10	Τετάρτη 11	Πέμπτη 12	Παρασκευή 13
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο	Σπιτική μηλόπιτα	Αυγόφετες με μέλι ή τυρί	Χειροποίητο ελαιόψωμο	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα κεράσι
	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Βίδες μακαρόνια ή κουσκουσάκι   Σάλτσα λαχανικών, κεφαλοτύρι, σαλάτα	Κρεατόσουπα (μοσχάρι, πατάτα, καρότο)   Σαλάτα, ψωμί	Φασολάδα   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Κοτόσουπα   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Αρακάς-πατάτες   Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 16	Τρίτη 17	Τετάρτη 18	Πέμπτη 19	Παρασκευή 20
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με κασέρι	Σπιτικό κέικ σοκολάτας	Ψωμί με μαρμελάδα βερούκοκκο	Χειροποίητο τυρόψωμο	Κουλούρι σησαμένιο
	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Μακαρονάκι κοφτό   Σάλτσα ντομάτας, κεφαλοτύρι, σαλάτα	Γιουβαρλάκια   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί	Φακές   Σαλάτα εποχής, ψωμί	Γιουβέτσι με λαχανικά   Τυρί φέτα, σαλάτα	Φασολάδα   Τυρί φέτα, σαλάτα, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 23	Τρίτη 24	Τετάρτη 25	Πέμπτη 26	Παρασκευή 27
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με βούτυρο και μαρμελάδα ροδάκινο	Σπιτικό κέικ καρότου		Ψωμί με κασέρι	Αυγό βραστό, τυρί φέτα, ψωμί
	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα		Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο		Φρούτο	Φρούτο
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Χυλοπίτες ή αστράκι   Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής	Ψαρόσουπα ή σούπα λαχανικών   Σαλάτα εποχής, ψωμί		Σπανακόρυζο   Τυρί φέτα, σαλάτα	Φακές   Σαλάτα εποχής, ψωμί
ΗΜΕΡΑ	Δευτέρα 30	Τρίτη 31	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>Η παιδίατρος Τσίγκα Αθανασία</p> <p>Οι μαγείρισσες Τζατζάλα Άννα Παπαγεωργίου Πηνελόπη</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><b>ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΑ ΠΛΑΤΩΝ</b></p> </div> </div>		
ΠΡΩΙΝΟ	Ψωμί με ταχίνι και κακάο	Σπιτικό κέικ με τυριά			
	Φρέσκο γάλα	Φρέσκο γάλα			
ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ	Φρούτο	Φρούτο			
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Φιογκάκια ή κουσκουσάκι   Κεφαλοτύρι, σαλάτα εποχής	Τραχανάς σούπα με κοτόπουλο   Τυρί φέτα, σαλάτα εποχής, ψωμί			